Buddhistisches Leben und Denken

Herausgegeben vom Verlag des Buddhistischen Holzhauses Berlin-Frohnau, Edelhofdamm 60

Jahrgang XII Heft 4 Januar/März 2485 1942

Aus Vinaya-Pitaka

(Mahāvagga, Bd. I, S. 247)

Als der Erhabene beliebig lange in Apana geweilt hatte, begab er sich mit einer großen Mönchsgemeinde, mit dreizehnhundertfünfzig Mönchen, auf die Wanderschaft nach Kusināra. Und es hörten die Maller in Kusināra: „Es heißt, daß der Erhabene mit einer großen Mönchsgemeinde, mit dreizehnhundertfünfzig Mönchen, in Kusināra ankomme." Und sie faßten den Beschluß: „Wer den Erhabenen nicht bewillkommnet, der soll eine Strafe von 500 zahlen." Damals nun war der Maller Roja mit dem ehrwürdigen Ananda befreundet. Der Erhabene erreichte nun auf der Wanderschaft Kusināra, und die Maller von Kusināra bewillkommneten ihn. Nachdem (auch) der Maller Roja den Erhabenen bewillkommnet hatte, begab er sich zum ehrwürdigen Ananda, begrüßte ihn ehrfurchtsvoll und stellte sich seitwärts. Zu dem seitwärts stehenden Maller Roja sprach der ehrwürdige Ananda so: „Vortrefflich ist das von dir, Bruder Roja, daß du den Erhabenen bewillkommnet hast." — „Nicht, Herr Ananda, habe ich für den Buddha, den Dhamma und den Sangha viel getan; denn die Verwandten haben einen Beschluß gefaßt, daß, wer den Erhabenen nicht bewillkommne, eine Strafe von 500 zahlen solle. So habe ich, Herr Ananda, aus Furcht vor der Strafe der Verwandten den Erhabenen bewillkommnet." Da war der ehrwürdige Ananda unzufrieden in dem Gedanken: „Wie kann der Maller Roja nur so reden." Und der ehrwürdige Ananda begab sich nun zum Erhabenen. Dort angelangt, begrüßte er den Erhabenen ehrfurchtsvoll und setzte sich seitwärts nieder. Seitwärts sitzend sprach nun der ehrwürdige Ananda zum Erhabenen so: „Dieser Maller Roja, o Herr, ist ein wohlbekannter Mann. Einen

großen Eindruck macht es, wenn derartig bekannte Leute zu dieser Lehrordnung Vertrauen fassen. Gut wäre es, o Herr, wenn der Erhabene es bewirkte, daß der Maller Roja zu dieser Lehrordnung Vertrauen faßte." — „Nicht ist das, Ananda, für den Vollendeten schwer zu bewirken, daß der Maller Roja zu dieser Lehrordnung Vertrauen fasse." Da durchstrahlte der Erhabene den Maller Roja mit liebevollem Geist, stand von seinem Sitz auf und begab sich ins Kloster. Ebenso wie das kleine Kalb der Kuh (folgt), so begab sich der Maller Roja, nachdem der Erhabene ihn mit liebevollem Geist durchstrahlt hatte, von Kloster zu Kloster, von Zelle zu Zelle und fragte die Mönche: „Wo weilt, o Herr, jetzt der Erhabene, der Heilige, der Vollerwachte; denn wir möchten den Erhabenen, den Heiligen, den Vollerwachten sehen?" — „Dieses da, Bruder Roja, ist das Kloster, dessen Tür verschlossen ist. Begib dich leise dahin, betritt langsam die Terrasse, räuspere dich, klopfe an, der Erhabene wird dir die Tür öffnen. Da begab sich der Maller Roja leise zu dem Kloster mit verschlossener Tür, betrat langsam die Terrasse, räusperte sich, klopfte an, und der Erhabene öffnete die Tür. Da nun trat der Maller Roja in das Kloster ein, grüßte den Erhabenen ehrfurchtsvoll und setzte sich seitwärts. Mit dem seitwärts sitzenden Maller Roja führte der Erhabene nun ein Gespräch in der üblichen Reihenfolge, nämlich über das Geben, die Zucht, die Himmelswelten; er erklärte das Elend, die Nichtigkeit und die Unreinheit der Lüste und den Segen des Entsagens. Als der Erhabene erkannte, daß der Geist des Mallers Roja bereit, geschmeidig, unbehindert, erhoben, beruhigt war, erklärte er ihm die von allen Buddhas gepriesene Lehrunterweisung: Leiden, Entstehung, Aufhören, Weg. Gleichwie ein reines, fleckenloses Gewand die Farbe vollständig annehmen würde, ebenso ging dem Maller Roja auf eben diesem Sitz das schmutzfreie, fleckenlose Auge der Lehre auf: Was auch immer dem Entstehen unterworfen ist, das ist auch dem Aufhören unterworfen. Als der so die Lehre sah, die Lehre meisterte, die Lehre erkannte, in die Lehre eingedrungen war, den Zweifel überwunden hatte, vom Zweifel befreit, zum Selbstvertrauen gelangt war, nicht mehr abhängig von der Unterweisung des Lehrers, sprach er zum Erhabenen so: „Gut wäre es, o Herr, wenn die Verehrten nur von mir die Erfordernisse wie: Mönchsgewand, Almosenspeise, Wohnung und Arznei im Krankheitsfall annehmen wollten und nicht von andern." — „Denen, Roja, die so wie du mit dem Wissen des noch Strebenden, mit der Einsicht des noch Strebenden die Lehre erkannt haben, kommt der Gedanke: ‚Ach, möchten doch die Verehrten nur von uns die Erfordernisse wie: Mönchsgewand,

Almosenspeise, Wohnung und Arznei im Krankheitsfall annehmen und nicht von andern.' Daher, Roja, werden sie diese von dir annehmen und von andern."

Brāhmana

(Der Brahmane)

(Samyutta-Nikāya, Bd. V, S. 271)

1. So habe ich gehört. Einstmals weilte der ehrwürdige Ananda in Kosambi im Ghositārāma.

2. Da nun begab sich der Brahmane Unnābha zum ehrwürdigen Ananda. Dort angelangt, begrüßte er sich freundlich mit dem ehrwürdigen Ananda und setzte sich nach den üblichen freundlichen Begrüßungsworten seitwärts nieder. Seitwärts sitzend sprach nun der Brahmane Unnābha zum ehrwürdigen Ananda so:

3. „Zu welchem Zweck, Herr Ananda, wird wohl bei dem Büßer Gotama das Reinheitsleben geführt?"

„Zum Zweck des Aufgebens des Willens, Brahmane, wird beim Erhabenen das Reinheitsleben geführt."

4. „Gibt es aber, Herr Ananda, einen Weg, gibt es einen Pfad zum Aufgeben dieses Willens?"

„Es gibt, Brahmane, einen Weg, es gibt einen Pfad zum Aufgeben dieses Willens."

5. „Welches aber, Herr Ananda, ist der Weg, welches ist der Pfad zum Aufgeben dieses Willens?"

„Da, Brahmane, entwickelt ein Mönch die Grundlage der höheren Kraft, die mit der Neigung zum Streben nach Willensvertiefung begabt ist. Er entwickelt die höhere Kraft, die mit der Neigung zum Streben nach Tatkraftvertiefung — nach Gedankenvertiefung — nach Forschensvertiefung begabt ist. Dieses, Brahmane, ist der Weg, dieses ist der Pfad zum Aufgeben dieses Willens."

6. „Wenn es so ist, Herr Ananda, dann gibt es nur eine Unendlichkeit, aber kein Ende; denn daß man den Willen durch Willen aufgeben wird, das ist nicht möglich."

„So will ich dir, Brahmane, denn eine Frage stellen; wie es dir beliebt, so magst du antworten."

7. „Was meinst du, Brahmane, kam dir vorher der Wille: ‚Ich will in den Klostergarten gehen', und ist, nachdem du in den Klostergarten gegangen bist, der darauf gerichtete Wille zur Ruhe gekommen?" — „Ja, Herr."

„Kam dir vorher die Tatkraft: ‚Ich will in den Klostergarten gehen', und ist, nachdem du in den Klostergarten gegangen bist, die darauf gerichtete Tatkraft zur Ruhe gekommen?" — „Ja, Herr."

„Kam dir vorher der Gedanke: ‚Ich will in den Klostergarten gehen', und ist, nachdem du in den Klostergarten gegangen bist, der darauf gerichtete Gedanke zur Ruhe gekommen?" — „Ja, Herr."

„Kam dir vorher das Forschen: ‚Ich will in den Klostergarten gehen', und ist, nachdem du in den Klostergarten gegangen bist, das darauf gerichtete Forschen zur Ruhe gekommen?" — „Ja, Herr."

8. „Ebenso, Brahmane, der Mönch, der ein Heiliger ist, ein Triebversiegter, Ausgelebter, Vollbringer der Aufgabe, Lastabwerfer, zum eigenen Heil Gelangter, Vernichter der Daseinsfessel, in höchstem Wissen Befreiter, was dem vorher als Wille zur Erreichung der Heiligkeit kam, der darauf gerichtete Wille ist nach Erreichung der Heiligkeit zur Ruhe gekommen. Was (ihm) vorher als Tatkraft zur Erreichung der Heiligkeit kam, die darauf gerichtete Tatkraft ist nach Erreichung der Heiligkeit zur Ruhe gekommen. Was (ihm) vorher als Gedanke an die Erreichung der Heiligkeit kam, der darauf gerichtete Gedanke ist nach Erreichung der Heiligkeit zur Ruhe gekommen. Was (ihm) vorher als Forschen nach der Erreichung der Heiligkeit kam, das darauf gerichtete Forschen ist nach Erreichung der Heiligkeit zur Ruhe gekommen."

9. „Was meinst du, Brahmane: Wenn es so ist, gibt es dann ein Ende oder eine Unendlichkeit?"

„In der Tat, Herr Ananda, wenn es so ist, dann gibt es ein Ende, keine Unendlichkeit."

10. „Wunderbar, Herr Ananda, wunderbar, Herr Ananda ... als Anhänger möge der Herr Ananda mich betrachten, als einen, der von heute ab für sein ganzes Leben Zuflucht genommen hat."

* * *

Bemerkung. Diese Lehrrede zeigt, daß schon zu Lebzeiten des Buddha die gleichen Einwände gegen seine Lehre gemacht wurden wie auch heute. Den Willen durch den Willen zur Ruhe bringen, das ist logisch betrachtet eine Unmöglichkeit. Aber die Wirklichkeit geht über die abstrakte Logik hinaus. Die Willensregungen, die aus dem Lebensdurst entspringen und auf das Ergreifen und Festhalten gehen, können dadurch zur Ruhe kommen, daß man den Entschluß zum Entsagen und Loslassen faßt und durchführt. Dieser Entschluß ist zwar auch eine Willensregung, aber anderer Art als die erste. Sie entspricht dem Wirken, das zum Aufhören alles Wirkens führt".

Die Yogasūtras des Patañjali

Die folgende Darstellung will einen kurzen Überblick über den praktischen Weg des indischen Yoga geben, wie er in den Lehrsätzen oder Sūtras des Patañjali überliefer ist. Die verschiedenen Yogasysteme oder kurz der Yoga bildet die praktische Ergänzung zu dem philosophischen System

des Sānkhya(m). Das Wort Sānkhya bedeutet „Zahl" und weist auf das Wesen dieser Philosophie hin, die in einer zahlenmäßigen Zergliederung des Weltalls besteht. Der Grundgedanke dabei ist der, daß die Leiden des Lebens aus einer Vermischung und Nichtunterscheidung der beiden Grundprinzipien der Welt: Purusha und Prakrti herrühren. Purusha (wörtlich Mann, Mensch oder Persönlichkeit) ist das ewig unwandelbare, reine Subjekt des Erkennens, Prakrti die „Urmaterie" in ihren zahllosen Umwandlungen, durch die sie eine ständige Trübung des Erkenntnisvermögens und damit das Leiden verursacht. Gelingt es, diese Trübungen zu beseitigen, dann erlebt der Purusha sich als das unveränderliche, sich selber erkennende Subjekt, und ein Zustand ungetrübter Seligkeit folgt, der frei ist von jeder Einwirkung der Materie. Den praktischen Weg dazu will der Yoga zeigen. Yoga heißt soviel wie Joch oder Anschirrung und hat hier die Bedeutung von bestimmter religiöser Übung. Wir können mit Sicherheit annehmen, daß Sānkhya und Yoga ihrem wesentlichen Inhalt nach schon lange vor des Buddha Zeiten bestanden. Die Überlieferung führt das Sānkhya auf einen alten Weisen namens Kapila zurück. Die buddhistischen Texte lassen erkennen, daß der Buddha sich theoretisch und praktisch mit beiden auseinandergesetzt hat. In gewissem Sinne kann man sagen, daß die Lehre des Buddha historisch auf beiden fußt, daher die Verwandtschaft in vielen Punkten des praktischen Weges. Anderseits ist die buddhistische Grundeinstellung in der Lehre von der Nichtselbstheit (anattatā) aller Gestaltungen und Zustände wesentlich verschieden von der des Sānkhya-Yoga. Diese Verschiedenheit des Buddhismus beruht nicht wie bei jedem philosophischen System lediglich auf einer anderen, rein begrifflichen Formulierung der Grundlagen des Weltgeschehens, sondern auf dem Erlebnis der Wirklichkeit in ihrer Tiefe. Dieses Erlebnis hat der Buddha am umfassendsten im Paticcasamuppāda ausgedrückt, wonach auch die letzte Möglichkeit für ein erkennendes Subjekt „an sich" aufgelöst wird.

Über das Sānkhya unterrichtet im einzelnen das grundlegende Werk von Richard Garbe (Die Sānkhya-Philosophie; Leipzig, H. Haessel). Die folgende Darstellung des Yoga stützt sich: erstens auf Paul Deussens Übersetzung in seinem Werk „Allgemeine Geschichte der Philosophie, 1. Band, 3. Abteilung: die nachvedische Philosophie der Inder" (Leipzig, Brockhaus); zweitens auf das Buch „The Yoga-Sutra of Pantanjali" von Manilal Nabhubhai Dvivedi, Professor am Sāmaladās College (Bombay 1914). Dieses enthält außer der Übersetzung der Lehrsätze des Patañjali eine Zusammenfassung der als maßgebend geltenden verschiedenen Kommentare (nachstehend kurz als „der Kommentar" bezeichnet); im Anhang bringt das Buch noch einen Auszug aus der Hathapradipikā, dem Lehrbuch des Hatha-Yoga, der in der Meisterung des Atems und bestimmten körperlichen Übungen den Hauptweg zur Erkenntnis sieht, zum Unterschied vor allem von Rāja-Yoga, dem „königlichen Yoga", der im wesentlichen eine Bewußtseinszucht darstellt.

Der äußeren Einteilung nach bestehen die Yogasūtras, die Patañjali nach alter Überlieferung in der uns vorliegenden Form festgelegt haben soll, aus vier Abschnitten mit je etwa 30—50 kurzen Lehrsätzen. Im folgenden sind die Sūtras, von gelegentlichen geringen Abweichungen abgesehen, in Deussens Übersetzung wiedergegeben und mit Abschnitt und Nummer bezeichnet. (D. Schriftltg.)

Es liegt in der Art des indischen Denkens, daß es viele uns heute unverständliche Vorstellungen enthält, die wir am ehesten wohl als mythologisch oder symbolisch bezeichnen können. Im

ganzen spricht aber aus dem praktischen System des Yoga, wie man sich auch zu den Theorien stellen mag, uralte indische Weisheit, die in ihrer, wenn auch nur symptomatischen Verwandtschaft mit der Buddhalehre auch für uns von Bedeutung ist. Wir können daraus vielleicht manche wertvolle Anregung für unsere eigenen Übungen erhalten. Allerdings kommt auch gerade hier am deutlichsten zum Ausdruck, daß die Yogaübungen, wie sie in den Lehrsätzen des Patañjali niedergelegt sind, in wesentlichen Teilen für uns unausführbar sind. Zunächst fehlt es uns an Ruhe, an Zeit und nicht zuletzt auch an Neigung, um auch nur die Vorbedingungen durchführen zu können. Diese Vorbedingungen bestehen in einer bis zur Askese gehenden Bedürfnislosigkeit, gänzlicher Enthaltsamkeit auf sexuellem Gebiet, Vermeiden von Geselligkeit, von anstrengender Tätigkeit (außer den Yogaübungen) usw.

Die ganze Yogapraxis umfaßt acht Glieder (angā): Zucht (yama), Selbstzucht oder Observanz (niyama), Sitzen (āsana), Atemregelung (prānāyāma), Einziehen der Sinnesorgane (pratyāhāra), Sammlung, Fesselung oder Konzentration des Denkens (dhāranā), Betrachtung oder Meditation (dhyāna) und Versenkung (samādhi) (2, 29).

Nichtschädigung, Wahrhaftigkeit, Nichtstehlen, Keuschheit und Besitzlosigkeit bilden die Zucht (2, 30). Diese (Übungen der Zucht), welche keine Ausnahme zulassen betreffend Kaste oder Stand, Ort, Zeit und Umstände, bilden das für alle Stufen gültige große Gelübde (2, 31). Der Kommentar gibt folgende Erklärung dazu:

„Das Wort himsā (Schädigung) bedeutet Übelwollen in Tat, Wort oder Gedanken, und die Enthaltung von dieser Art der Schädigung ist unbedingt erforderlich. Dieses schließt offensichtlich die Enthaltung von tierischer Nahrung mit ein, da solche ohne direkte oder indirekte Schädigung nicht erhältlich ist.*) Auch

*) Der Buddha hat zur Frage der tierischen Nahrung keine so dogmatische Stellung eingenommen; das zeigen z. B. die Lehrrede Jīvaka (Majjh. 55) und manche anderen Textstellen. Über die Frage des sogenannten ethischen Vegetarismus ist schon oft diskutiert worden. Wie alle Programme, d. h. begrifflich festgelegte Verhaltungsweisen, ist auch das des ethischen V. mit einem Widerspruch in sich behaftet; denn ganz zu verhindern ist die Schädigung von Tieren auch bei der von tierischen Bestandteilen reinsten Nahrung nicht. In buddhistischer Einstellung ist stets das Denken des Einzelnen ausschlaggebend auch bei der Nahrungsaufnahme. D. h. es kommt darauf an, ob die Nahrung mit oder ohne Gier aufgenommen wird, und ob man sich der Schädigung den Umständen nach bewußt sein kann oder gar muß. Das aber ist nicht Sache einer Vorschrift, sondern der Ehrlichkeit des Einzelnen sich selber gegenüber. M. a. W.: im Buddhismus kommt es auch bei der Nahrungsfrage auf das Erlebnis der

von einem andern Gesichtspunkt aus ist die Enthaltung vom Genuß tierischer Nahrung sehr empfehlenswert, da solcher Genuß tierische Instinkte fördert und zur Abschwächung und selbst zur Vernichtung von Intuition und Geistigkeit führt. All diese Verhaltungsmaßnahmen werden vorgeschrieben, um einen Zustand des Daseins herbeizuführen, der stets im Einklang mit der Natur ist, nie gegen sie gerichtet ist, kurz Liebe zur Natur. Das Nächsterforderliche ist die Enthaltung von falscher Rede; d. h. wir sollen nur das sagen, wovon wir wissen oder annehmen, daß es dem wahren Sachverhalt entspricht. Diebstahl ist das dritte Ding, das man vermeiden muß; neben ungesetzlicher Aneignung ist auch der Wunsch nach solchem Besitz mit eingeschlossen. Ebenso schließt die Unkeuschheit als die vierte Gefahr auf dem Wege des Erfolges außer körperlichem Genuß die Unterhaltung, den Blick, den Gedanken an das andre Geschlecht mit ein, die von lüsterner Absicht begleitet sind. Das letzte zu Vermeidende ist die Begehrlichkeit; sie besteht nicht nur im Verlangen nach mehr, als erforderlich ist, sondern auch im Besitzen solcher Dinge, die über das Maß des zum Leben wirklich Notwendigen hinausgehen ... Nun gibt es Leute, die die Zucht mit gewissen Einschränkungen üben. Sie fassen z. B. den Entschluß, eine Kuh oder einen Menschen nicht zu töten, an bestimmten Tagen und bestimmten Orten keine Unwahrheit zu reden oder diese oder jene verbotene Tat nie zu tun, ausgenommen unter ganz bestimmten Umständen, wenn der Zweck die Mittel heiligt. Alle so beschaffenen Gelübde sind von geringem Wert; denn nur diese sind wirklich große, wahre Gelübde, die unter allen Umständen gehalten werden, ohne Berücksichtigung von Stand, Ort, Zeit und Umständen."

Dieses war Zucht (yama), das erste Glied dieses achtgliedrigen Pfades. Nun kommt Selbstzucht oder Observanz (niyama): Reinheit, Genügsamkeit, Askese, Studium und Gottergebenheit bilden die Selbstzucht (2, 32). Unter Reinheit ist nach dem Kommentar körperliche und geistige Reinheit zu verstehen, die letztere besteht in allumfassender Liebe und in Gleichmut. Genügsamkeit besteht darin, daß man mit seinem Los zufrieden ist. Mit Askese sind Fasten, Bußübungen, bestimmte religiöse Verhaltungsregeln (Observanzen) gemeint, die in besonderen Lehrbüchern verzeichnet sind. Unter Studium ist das Wiederholen geheiligter Worte und Silben, z. B. der mystischen Silbe Om zu verstehen oder das be-

Suchtfreiheit an. Mit mehr oder weniger Gier verbundene Aufnahme der reinsten vegetarischen Nahrung ist im buddhistischen Sinne schlecht, während auch gelegentliche Fleischnahrung in diesem Sinne gut ist, wenn sie ohne Gier aufgenommen wird und eine Schädigung nicht zum Bewußtsein kommen kann. (D. Schriftltg.)

ständige Lesen heiliger Bücher, die sich darauf beziehen. Was die Gottergebenheit anbelangt, so wird diese als letztes Hilfsmittel angegeben, wenn alles andere versagt. Der Kommentar sagt wörtlich: „Es ist bekannt, daß das Sānkhyam, zu dem das Yogasystem eine Ergänzung bildet, keinen Isvara (d. h. Herr, im Sinne von „höchster Herrscher", Herr-Gott, d. V.) anerkennt; denn Kapila bemerkt ausdrücklich, daß dessen Dasein nicht ‚bewiesen' sei. Patañjali setzt einen Isvara mehr zum Zweck der Meditation und für andere nebensächliche Bequemlichkeiten ein als für irgend einen wichtigen Zweck."

Der Isvara hat also hinsichtlich der angestrebten Erkenntnis wenig Daseinsberechtigung in dem System; für den praktischen Gebrauch ist er ein Notbehelf, den die Menschen schwer entbehren können, wie wir es ja auch hier bei uns erleben.

Die beiden folgenden Lehrsätze nennen uns ein Hilfsmittel beim Üben von Zucht und Selbstzucht und erklären zugleich die Wichtigkeit dieser Übungen.

Wenn unangemessene Gedanken Zucht und Selbstzucht hindern, so muß man an das Gegenteil denken (2, 33).

Unangemessene Gedanken, nämlich Schädigung usw., mag man sie getan, veranlaßt oder (nur) gebilligt haben, mag ihnen Begierde, Zorn oder Verblendung vorausgegangen sein, mögen sie leicht, mittelmäßig oder übermäßig sein, haben unendliches Leiden und Unwissenheit als Frucht; darum muß man an das Gegenteil denken (2, 34).

Der Kommentar bemerkt hierzu: „Wenn die als Zucht und Selbstzucht bezeichneten Vorschriften infolge von unangemessenen Gedanken nicht vollständig gehalten werden können, so ist das beste Mittel, um sich von diesen Gedanken loszumachen, an ihr Gegenteil zu denken. Wenn z. B. die Enthaltung von Lebensberaubung durch den Wunsch zu töten gestört wird, so ist es möglich, das störende Element auszuschalten, indem man an das Gegenteil, die Liebe, denkt, eine Eigenschaft, die einer besitzen muß, der Yoga übt, und deren Aufgeben zu endlosem Elend führen muß. Mit den andern Vorschriften verhält es sich ebenso."

Die folgenden Lehrsätze machen uns mit dem Lohn, dem guten Ergebnis bekannt, das dem zuteil wird, der diese Vorschriften befolgt. Daß es hier nicht ohne Übertreibung abgeht, ist selbtsverständlich, einmal weil der phantasiereiche indische Geist dazu neigt, und dann weil das Yogasystem, so vorzüglich es auch immer im einzelnen sein mag, im ganzen doch eine große Übertreibung darstellt. Auf einiges möchte ich eingehen. Wie schön ist z. B. die Annahme des nächsten Lehrsatzes, und warum sollte er nicht auch wahr sein?

Beim Verharren in der Nichtschädigung erfolgt in seiner (des Verharrenden) Umgebung Verzicht auf Feindseligkeit (2, 35). Der Kommentar ergänzt:

„Wenn einer das Nichtschädigen zu einer gedanklichen Gewohnheit gemacht hat, so kommt sogar eine natürliche Antipathie in seiner Gegenwart nicht zum Ausdruck. Es ist unnötig hinzuzufügen, daß keiner ihn schädigt oder verletzt. Alle Lebewesen, Menschen, Tiere, Vögel nahen sich ihm ohne Furcht, verkehren mit ihm ohne Zurückhaltung."

Beim Verharren in der Wahrhaftigkeit erfolgt ein Antreten derselben Frucht wie die der Opferwerke (2, 36). Und die Erklärung:

„Wenn unbedingte Wahrhaftigkeit feststeht, dann werden alle Worte und Gedanken sofort wirksam. Was andere nur durch Darbringung großer Opfer erreichen, das erreicht ein solcher durch den bloßen Gedanken und das Wort."

Der nächste Satz ist mit Vorbehalt aufzunehmen, in einem beschränkten oder bildlichen Sinn aber mag er wahr sein:

Beim Beharren im Nichtstehlen nahen sich ihm allerlei Schätze (2, 37).

„Wenn einer", erklärt der Kommentar, „die Eigenliebe und damit den Wunsch nach nicht-rechtlichem Besitz aufgegeben hat, so stolpert er gleichsam bei jedem Schritt über Besitz, ohne daß er den wirklich sucht."

Beim Beharren in der Keuschheit erfolgt Erlangung von Manneskraft (2, 38). Ein wichtiger Punkt für den, der nach höherer Erkenntnis strebt, da mit Manneskraft die geistigen Kräfte gemeint sind, die er für den Erfolg seiner Anstrengung benötigt.

Bei Standhaftigkeit in der Besitzlosigkeit erfolgt Bewußtsein der Wie-heit der Geburten (2, 39). D. h. nach dem Kommentar: „Wenn Verlangen zerstört ist, wenn sogar der letzte feine, aber fast unüberwindliche Wunsch nach Dasein ebenfalls aufgegeben ist, dann steigt das Wissen auf über das Warum und Weshalb der Existenz."

Über die nähere Erläuterung der Selbstzucht oder Observanz können wir hinweggehen, da sie bereits genügend erklärt wurde. Der nächste Bestandteil des Yoga ist āsana, der Sitz, der in den folgenden Lehrsätzen besprochen wird:

Hierbei sei das Sitzen fest und bequem, indem man die Spannung lockert und sich auf das Unendliche einstellt (2, 46 und 47).

Das Lehrbuch des Hathayoga, aus dem unser Kommentar einen Auszug gibt, beschreibt die von indischen Yogis geübten

Sitzarten; sie sind für die meisten von uns unmöglich. Der Kommentar bemerkt, daß es auf die Art der Stellung beim Sitz nicht ankommt; er muß nur fest sein und keinerlei Schmerzen verursachen. Und weiter: „Die Stellung, die also fest und bequem ist, wird durch geringe Anstrengung und durch Meditation über Unendliches dazu gemacht. Jede heftige Anstrengung beim Einnehmen einer bestimmten Stellung bewirkt Schmerzen und damit Unruhe. Durch langsame und mäßige Anstrengung kann jede Stellung zu einer Gewohnheit gemacht werden, und man wird dann zu jeder Zeit diese Stellung leicht einnehmen können und auch lange Zeit in ihr verharren. Nachdem eine bestimmte Stellung eingenommen ist, wird man gut tun, die Gedanken von der Stellung zu lösen und auf das Unendliche zu richten, auf Akāsa (den Raum oder allesdurchdringenden Äther) oder Isvara (die Gottheit), oder wie einige wollen, auf Ananta (das Unendliche), worunter eine mächtige Schlange vorgestellt wird, die die Erde stützen und halten soll, usw."

Der nächste Lehrsatz kennzeichnet diesen Zustand folgendermaßen: Dann erfolgt Unbetroffensein von den Gegensätzen (2, 48). Dazu die Erläuterung:

„Die Paare der Gegensätze sind Hitze und Kälte, Freude und Schmerz, Liebe und Kummer usw.; diese bilden die Bestandteile unserer ganzen weltlichen Erfahrung. Wenn eine passende Stellung vollkommen beherrscht wird, dann empfindet man keinerlei Eindrücke der gegensätzlichen Paare. Es ist erforderlich, zur Beherrschung einer bestimmten Stellung zu gelangen, ehe man weiter geht."

Über den nächsten Abschnitt, die Regulierung des Atems, können wir nur wenig sagen, da die komplizierten indischen Verfahren für uns keine praktische Bedeutung haben und es keineswegs ratsam ist, sie ohne einen erfahrenen „Guru", d. h. einen indichen Lehrer (des Yoga) zu erproben. Die Lehrsätze des Patañjali lauten:

Nachdem dieses geschehen (d. h. ein passender Sitz eingenommen ist), folgt als Hemmung des Ganges von Einatmen und Ausatmen die Atemregulierung (2, 49). Diese aber hat als Funktionen Außenrichtung (recaka), Innenrichtung (pūraka) und Festhalten (kumbhaka), geschieht wohlbedächtig nach Ort, Zeit und Zahl und ist lang oder kurz (2, 50). Mit einem äußeren oder inneren Objekt sich befassend ist die vierte (2, 51).

Hierzu bemerkt Deussen: „Die vierte Unterart der Atemregulierung besteht darin, daß man nach Einatmen, Festhalten des Atems in der Brust und Ausatmen eine Weile in dem Zustande der Entleertheit (çūnyaka) beharrt, wie er einzutreten

pflegt, wenn man in atemloser Spannung seine Aufmerksamkeit oder Kraftanstrengung auf ein Objekt, sei es ein äußeres oder inneres richtet; vgl. Chāndōgya-Upanishad 1, 3, 5: ‚Aber auch was sonst noch für kraftanstrengende Tätigkeiten sind, wie das Reiben des Feuers, das Laufen um die Wette, das Spannen eines starken Bogens, die verrichtet man, ohne auszuhauchen und ohne einzuhauchen.' Anders und von einander verschieden sind die Erklärungen der Kommentare." Deussens Erklärung kann schon deshalb nicht richtig sein, weil nur beim Anhalten des Atems nach der E i n atmung die Kraft angespannt werden kann; nach der Ausatmung ist man kraftlos. Nach dem Kommentar gibt es bei diesen Übungen ein Anhalten des Atems nur nach der Einatmung. Die im Lehrsatz 2, 51 erwähnte vierte Art der Atemregulierung bezieht sich, soweit erkennbar, auf eine Art „Lokalisierung" des Atems an bestimmten Körperregionen u. a. Diese Dinge stehen unserer Denkweise fern und haben für uns keine praktische Bedeutung.

Die folgenden Lehrsätze belehren uns über Zweck und Ziel der Atemübung:

Durch diese (vier Atemregulierungen) wird die Verdeckung des Lichts beseitigt und Geeignetheit des Manas (des Denkens) für die Fesselungen bewirkt (2, 52, 53). Wenn die Sinnesorgane unter Aufhebung ihrer Verbindung mit den ihnen entsprechenden Objekten gleichsam die Natur des Cittam (des Denkens) nachahmen, so ist dies das Einziehen der Organe (2, 54). Daraus erfolgt eine vollkommene Unterwerfung der Sinnesorgane (2, 55).

Über den Einfluß, den das Denken auf den Atem ausübt und umgekehrt bemerkt das Lehrbuch das Hathayoga: „Unruhiges Denken führt zu unregelmäßigem Atem, und das Denken bleibt ruhig, wenn der Atem ruhig ist; daher muß man den Atem beherrschen, um die Festigkeit des Denkens zu erreichen."

Die Beherrschung der Sinnesorgane, die Festigkeit des Denkens streben auch wir an, und wir können sie gewiß erreichen, wenn wir „sati" in buddhistischem Sinn üben, d. h. die Aufmerksamkeit bei allen Verrichtungen des Lebens wachhalten. Sehr wichtig ist auch für uns die Übung der ānāpānasati, der auf das Ein- und Ausatmen gerichteten Aufmerksamkeit. Sie dient speziell dazu, das unermüdliche Kreisen der Gedanken zur Ruhe zu bringen. Jeder Buddhist sollte diese Übung fleißig betreiben, und er wird Segen davon ernten. Beherrschung der Sinne und des Denkens oder Beherrschung von Körper und Geist öffnet uns die Tore zur eigentlichen Vertiefung oder Versenkung (samādhi). Dieses letzte Stadium des Yoga besteht aus den drei Teilen: Sammlung, Fesse-

lung oder Konzentration des Denkens (dhāranā), Betrachtung oder Meditation (dhyāna) und Versenkung (samādhi). Die entsprechenden Lehrsätze lauten folgendermaßen:

Das Richten des Geistes auf einen Gegenstand heißt Konzentration (3, 1). Die Einheit des Geistes und des Gegenstandes ist Meditation (3, 2). Diese, wenn sie nur den Gegenstand widerspiegelt und gleichsam der eigenen Natur ledig ist, heißt Versenkung (3, 3). Die drei zusammen nennt man Allzucht (samyama) (3, 4). Durch Erwerbung dieser Allzucht erfolgt das Licht des Verstehens (3, 5).

Hierzu bemerkt der Kommentar: „Dhāranā oder Konzentration bedeutet das Richten des Denkens auf einen äußeren oder inneren Gegenstand. Wenn es sich um Inneres (d. h. am oder im eigenen Körper Befindliches) handelt, so mag es eins der Nervenzentren sein (die nach indischer Auffassung dabei eine Rolle spielen), oder die Zungenspize, die Nase oder ein anderer geeigneter Punkt. Handelt es sich um Äußeres, so mag es ein geeignetes Bild der Gottheit oder ein ähnlicher Gegenstand sein. Natürlich darf man nicht vergessen, daß solch ein äußerlich oder innerlich betrachteter Gegenstand nur mit Gedanken der Heiligkeit und Reinheit verbunden werden darf. Das Denken muß fähig sein, sich den Gegenstand auch in dessen Abwesenheit mit aller Deutlichkeit jeden Augenblick vorzustellen. Zu der Zeit, wenn Meditation (dhyāna) geübt wird, soll das Denken sich nur seiner selbst und des Gegenstandes bewußt werden. . . Wenn die Meditation so stark ist, daß der gedankliche Vorgang dabei vergessen wird und das Denken gleichsam zum betrachteten Gegenstand wird, so ist dieses Versenkung (samādhi). Wie man sieht, vereint der Samādhi zwei unterschiedliche Zustände des Bewußtseins. Der erste, die eigentliche Versenkung, besteht darin, daß man den gedanklichen Vorgang vergißt, der zweite und wichtigere Faktor besteht darin, daß man zu dem Gegenstand der Betrachtung wird. Eine lediglich passive Versenkung ist eine gefährliche Übung, da sie zum Wahnsinn unverantwortlicher Mediumschaft führt. Es ist daher notwendig, besonderen Wert auf die zweite Bedeutung des Begriffs samādhi zu legen. Die drei Stufen Konzentration, Meditation und Versenkung sind tatsächlich Stufen der Konzentration; denn der Gegenstand der Sammlung, der Denker und das Instrument des Denkens zusammen mit anderen Dingen, die man versucht auszuschließen, sind alle in der ersten Stufe vorhanden; alle mit Ausnahme der letzten sind in der zweiten Stufe gegenwärtig, und nichts als der Gegenstand ist in der dritten vorhanden. Diese Versenkung ist indessen kein vollständiger Yoga; denn sie ist nur bewußter Sa-

mādhi (savikalpa-s.), da sie etwas hat, worauf sie sich stützt ... Die drei unzertrennlichen Vorgänge Konzentration, Meditation und Versenkung werden zusammen Allzucht (samyama) genannt. Samyama ist das Mittel, um verschiedene geistige Kräfte zu erlangen und auch um nirvikalpa-samādhi (Versenkung ohne Bewußtsein), den eigentlichen Yoga, zu erreichen. Samyama wird stufenweise entwickelt ... Nehmen wir z. B. an, daß Samyama inbezug auf ein geistiges Bild geübt wird, so wird die Betrachtung von dem Groben zum Feinen übergehen. Man mag sich zunächst das Bild in allen seinen Teilen ausdenken, dann ohne die Verzierungen, dann ohne Glieder, dann ohne irgendeine besondere Identität und zuletzt es sich als nicht verschieden vom ‚Selbst' vorstellen."

Die uns aus den buddhistischen Lehrreden bekannten Fähigkeiten der Erinnerung an frühere Geburten, das „himmlische Auge" usw. erreicht der Yogin durch Samyama. Patañjali erklärt:

Aus der Vergegenwärtigung der Samskāras (der aus den Werken einer früheren Geburt resultierenden Charaktereindrücke) erfolgt Kenntnis der früheren Geburt (3, 18). (Durch Anwendung der Allzucht) auf die Vorstellung (die einer von einem andern hat) erfolgt Kenntnis des Denkens (cittam) des andern (3, 19). Der Kommentar ergänzt:

„Wenn wir Samyama auf die dem Geist aus undenkbaren Zeiten anhaftenden Eindrücke richten, d. h. sie uns im Geiste vollständig vergegenwärtigen, so springt das Wissen von den früheren Geburten auf, und zwar hinsichtlich des Standes oder der Kaste, der Lebensdauer und dessen, was man in der jeweiligen Daseinsform an Glück und Leid erfahren hat. Diese Eindrücke sind von zweierlei Art. Die erste besteht lediglich in der Erinnerung an frühere Erfahrungen, die zweite führt zur Erkenntnis der früheren Daseinsformen und deren Umstände. Denn da der Zustand eines jeden Wesens zu jeder Zeit nur Ergebnis dieser latenten Eindrücke ist, die zur Ausreifung gekommen sind, so kann man verstehen, daß die Verbindung dieses gegenwärtigen Zustandes mit der Vergangenheit durch Samyama hergestellt werden kann."

Und weiter inbezug auf die Kenntnis des Geistes anderer: „Wenn der Yogin Samyama auf irgendein Kennzeichen des andern wie das Aussehen, die Stimme oder sonst etwas derartiges richtet, so erkennt er sofort dessen geistigen Zustand; denn diese Kennzeichen sind untrügliche Anzeiger davon. Eines jeden Geistesart ist also dem Yogin leicht erkennbar."

Über den Nirodha (Unterdrückung, nämlich der in der mit Bewußtsein verbundenen Versenkung noch vorhandenen Vorstel-

lungen) und den daraus hervorgehenden unbewußten Samādhi können wir hinweggehen, weil für uns praktisch ohne Bedeutung und zu gefährlich. Zum Schluß möchte ich über die geistige Beruhigung (citta-pasādanam) des Yogin berichten. Wir werden sie als das wiedererkennen, was wir die heiligen Weilungen nennen. Bei Patañjala heißt es:

Die Beruhigung des Geistes erfolgt durch die Vergegenwärtigung von Liebe, Mitleid, Freude und Gleichmut, welche sich auf Lust, Leid, Gutes und Böses beziehen (1, 33). Der Kommentar sagt uns, daß diese Übung das beste Mittel sei, um die Ausgeglichenheit des Geistes zu bewahren, die der günstigste Zustand für die Entwicklung des Samādhi ist. Er erklärt die Übung so, daß wir Liebe zu, oder wie er sagt: Sympathie mit den Wesen empfinden sollen, mit den Glücklichen uns freuen, mit den Unglücklichen Mitleid haben. Freuen sollen wir uns, wo wir Gutes sehen, und wenn wir leider auch viel Ungutes, Böses sehen, oder erfahren, so haben wir hier Gleichmut zu üben. „Wenn nun Samyama auf Liebe usw. gerichtet wird, so wird das Gefühl so stark, daß es das gewünschte Ergebnis sofort hervorbringt. Es handelt sich hier um Sympathie, Mitleid und Freude, denn es ist nicht erforderlich, den Gleichmut zum Gegenstand des Samyama zu machen. Einem jeden, der Samyama in der beschriebenen Art geübt hat, wird es leicht werden, das Wohlwollen und die Freundschaft eines jeden zu jeder Zeit zu gewinnen" (Erläuterung zu 3, 23).

Wir sind wohl weniger optimistisch? Lust, Haß und Wahn regieren die Welt und sind in diesem Zeitalter zu Riesengröße angewachsen; ist da nicht jede Anstrengung im Sinne des hier Dargelegten vergebene Liebesmühe? Wenn es uns auf äußere Erfolge ankommt, mag es sich so verhalten. Wenn wir aber unser Innenleben zu unserer Welt machen, hier und an keiner anderen Stelle die Regungen des Lebensdurstes bekämpfen, dann werden wir Frieden erlangen mit uns und mit der Welt — ja auch mit der Welt.

L. v. M.

Im Alter

Wenn die Deutschen von großen Denkern sprechen, dann erwähnen sie wohl Kant oder Nietzsche. — Kant wurde im Alter kindisch; Nietzsche wurde im späteren Leben irrsinnig.

Der Buddha sagt von sich: „Selbst wenn ihr mich (wegen Altersschwäche) auf einem Bett umhertragen werdet — nie gibt es beim Vollendeten eine Änderung der Wissensklarheit" (Majjh. 12).

Wie ist es zu erklären, daß der Erhabene keinen Altersschwachsinn fürchtete? Haben wir nicht zu fürchten, was uns Kants Beispiel zeigt? Man möchte wohl wissen, wie Kants kindisches Gebaren sich geäußert hat. Nicht nur das Alter, auch Fieber kann Wahnvorstellungen hervorrufen. Es war immer Dr. Dahlkes sehr ernster Wunsch, bei klarem Bewußtsein zu sterben. Kindische Unvernunft, Wahn im Fieber! Können sie uns nicht schaden beim Absprung ins nächste Leben? Ist es ein Trost, auf das „rein Körperliche" dieser Zustände hinzuweisen? Der Fiebernde kehrt ungeschädigt zurück zu geistiger Klarheit, wenn sein körperliches Leiden sich bessert, der Irre wird unter Umständen geheilt.

Doch aber empfehlen uns die heiligen Texte, gegen Ende unseres Lebens an alles Gute zu denken, das wir im Leben getan haben und es in Gedanken noch einmal zu bejahen. Sie sprechen vom Wert der rechten Anschauung im Tode und von der Gefahr der falschen Anschauung, die zu neuem Leiden führt.

Ich habe eine über achtzig Jahre alte Dame gekannt, die bereits einen Schlaganfall hinter sich hatte und so wirr und unbeholfen sprach, daß man oft nicht verstehen konnte, was sie wollte und meinte. Dennoch, man konnte nicht umhin, sie hochzuschätzen. Ihr Gesicht trug einen wahrhaft gütigen Ausdruck, ihre Ansprüche waren denkbar bescheiden, ihr Wesen strahlte große Reinheit aus; ihr weißes Haar paßte seltsam zu dem friedvoll reinen Gesicht in seiner Blässe.

Einmal wurde sie von einem leichten Unwohlsein befallen. Ich brachte sie zu Bett und besorgte ihr eine Wärmflasche. Dann setzte ich mich neben sie in dem Gefühl, sie fürchte wohl, allein zu bleiben. Ihr Befinden besserte sich bald, sie wurde etwas lebhafter. Aber sie klagte! Mit ihren unbeholfenen Worten machte sie mir verständlich, wie sehr sie unter dem Zustand ihrer gedanklichen Unklarheit und ihrem schlechten Sprechen litt. Schon oft war ich Leuten — Alten, Kranken, Siechen — begegnet, die geklagt hatten, nicht mehr arbeiten, nichts mehr leisten zu können. Dann hatte ich immer auf den nur relativen Wert der Arbeit hingewiesen. Arbeit ist so wertvoll nicht; rechtes Denken, Nachdenklichkeit und Weisheit zu pflegen sei der Wert des Lebens. Aber damit konnte ich hier nicht trösten. Einer plötzlichen Eingebung folgend sagte ich jetzt, daß es auf das Sprechen und scharfe Denken nicht ankomme, sondern auf die Güte im Herzen, darauf, in Selbstlosigkeit, Wahrhaftigkeit und Ehrlichkeit gelebt und gewirkt zu haben. Ich gab mir Mühe, es beruhigend und tröstend zu sagen — nicht etwa als Belehrung. Ich fühlte, daß ich dies sagen durfte, ohne verletzend zu werden. Wie über-

raschend wirkten diese Worte mit einem Male! Die alte Frau erwachte gleichsam zu geistiger Helle. Sie richtete sich auf und griff freudig nach diesen Gedanken. Mit großen Augen blickte sie in weite Ferne. Sie sah ihre Vergangenheit. — Und wie ein freies Geständnis kam es von ihren Lippen leicht und gern: „Ja, die Wahrheit! Ja, wahr bin ich immer gewesen. Wahr muß man sein." Sie stärkte sich selber mit diesem Bekenntnis. Ruhig und wohl und voll einer feierlichen Freudigkeit lag sie in ihren Kissen. Wir waren beide in diesem Augenblick sehr glücklich. —

Ich dachte: „Wenn dieses ihre letzte Stunde hier wäre, dann würde ich für ihren Weg nicht fürchten". —

Das ist der Unterschied: Wer die Wahrheit, die Güte nur **hat** wie Begriffe, der kann sie verlieren mit dem Denkvermögen, wenn er kindisch wird, wenn das Fieber kommt. Wer aber wahr **ist** und gewesen ist im Leben, woher sollte dem die Fähigkeit zu Falschheit, Lug und Trug kommen, die er nie geübt hat? Woher sollte falsche Anschauung kommen dem, der richtiges Denken und Tun immer geübt hat!? Bei wem die rechte Anschauung eigen und fertig geworden ist, der braucht sie **begrifflich** nicht jeden Augenblick gegenwärtig zu halten, er mag sterben im Schlaf oder Traum; **er ist ja selber geworden,** was er durch rechtes Denken und Zucht erreicht hat. Wie hätte der Vollendete, dem kein Rest des Denkens undurchglüht geblieben ist, noch einem Bewußtsein voller Wahn verfallen können!

Nun ist wohl ein Unterschied zwischen Irrsinn und Irrtum. Der Irrtum ist — wenn überhaupt — zu beeinflussen **nur** durch rechte Belehrung. Der Irrsinn aber wird nicht geheilt durch Belehrung, sondern — wenn überhaupt, dann — durch völlig andere Mittel als der Irrtum.

Aber: die Voraussetzung, die Basis für geistige Größe, für Weisheit ist körperlich-geistige Gesundheit. Wenn auf dieser Basis der Mensch in Weisheit und Zucht, eins ums andere sich gemüht und gebildet hat, dann kann Irrtum wie Irrsinn nicht mehr auftreten. Dann dürfte die Behinderung philosophischen Denkens im Alter keine beängstigende Rolle mehr spielen. Der Friede ist doch da.

Die Frage: „Wohin werde ich gelangen durch dieses dunkle Tor des Todes?" die so angstvoll gestellt wird, begleitet von dem Wissen, daß man alles Bekannte und Liebe verläßt und die Brücken zurück abgebrochen sind — diese Frage bei diesem Wissen beantwortet nur der Rückblick auf den eigenen vergangenen Lebensweg. Nicht wissen wir, **wohin** wir gelangen, wir wissen aber, **wie**, in welcher Verfassung wir hinauswandern. Am Ende **macht** das „Wie" den Ort des „Wo". —

Gibt es noch andere Möglichkeiten? Folgendes Erlebnis erzählte mir ein Arzt: „Ich besuchte zum soundsovielten Male eine alte, herzkranke Frau, mit deren baldigem Ableben ich rechnen mußte. Da traf ich sie in unerwartet gutem Zustande an und freute mich, ihr Mut machen zu können. Sie aber sagte ganz ruhig: ‚Nein, Herr Doktor, dies weiß ich besser. Ich muß gehen. Mein Mann ruft mich.' Und das stimmte. Sie starb noch am gleichen Tage. — Wenn alte Leute so etwas sagen — es ist merkwürdig, es stimmt immer", fügte der Arzt nachdenklich seinem Bericht hinzu.

Wer solchen Ruf aus dem Jenseits nicht erlebt hat, kann keine kritische Stellung dazu einnehmen. Man kann sich nur denken, daß das Sterben einem Menschen, der sich so gerufen hört, leichter werden mag als anderen. Wie hier im Leben die Angst der schlimmste Zustand des Geistes ist, so mag sie auch im Sterben für den Absprung einer der ungünstigsten sein. Das ist ja das Sonderliche an der Angst: Man kann sie mit dem Willen nicht ablegen, wie man etwa Haß oder Böswilligkeit ablegen kann. Furchtlosigkeit muß erarbeitet, vorbereitet werden angesichts der unsagbaren und unzählbaren Leidensmöglichkeiten der Welt.

Es gibt aber kein Mittel, die Furcht zu verlieren, als den Weg zu gehen und zu üben lange Zeit, den der Erhabene uns gezeigt hat: daß man die Selbstsucht aufgibt, dies Begehren zu leben und wohl zu leben. M. L.

Buddhismus und Vitalität

von K. F.

(Schluß)

Er sagt da: „Begriff, in Wahrheit nichts als Phase der Ernährung, ist das scheinbar geistig-dynamische Moment, das die Außenwelt auf ihr Wesen hin bewertet. Begriffskrankheiten nenne ich alles, was in einer falschen Bewertung der Außenwelt besteht, einer Bewertung, die von der allgemeinen, gesunden Bewertung weit genug abgerückt ist, um als krankhaft angesprochen werden zu können. Auch hier, wie überall in der Ernährung, bestehen keine festen Grenzen, erst wenn ein gewisses Maß überschritten ist, kann man sagen: Jetzt ist ein krankhafter Zustand da. Es ist das weite Gebiet der Neurosen, das ich hier meine; denn letzten Endes ist der Neurotiker nichts anderes als ein Mensch, der die Wirklichkeit falsch bewertet und dementsprechend falsche Schlüsse, verstandesmäßige wie willens- und gefühlsmäßige zieht, die als solche für ihn allein bindend sind und ihn in Zwangslagen versetzen, denen andere als völligen Unverständ-

lichkeiten gegenüberstehen ... Man kann, wenn man will, die Begriffskrankheiten als ein zu schnelles, sozusagen vorschnelles, voreiliges Tempo im Ernährungsstrom deuten, bei dem dann leicht falsche Bewertungen mit unterlaufen können, wie bei jedem zu hastigen Arbeiten Fehler mit unterlaufen." (S. 105 ff.) Beispiele dieser Krankheiten bietet uns das Leben unserer Zeit reichlich, z. B. Platzangst, d. h. die Unfähigkeit, einen freien Platz zu überschreiten, oder das Unvermögen, über eine Brücke zu gehen oder mit der Eisenbahn zu fahren, oder die zwangsmäßige Neigung, sich immer wieder zu vergewissern, ob die Tür verschlossen, der Gashahn zugedreht ist usw.

Der Ausdruck „Begriff", wie ihn Dr. Dahlke hier gebraucht, umfaßt alles das mit, was man heute als Unterbewußtsein oder Unbewußtes bezeichnet. Er ist also gleichbedeutend mit dem, was in den buddhistischen Urschriften als Sankhāra bezeichnet wird, und zwar mit Einschluß der Möglichkeit eines Wissens von sich selber, also des Bewußtseins im üblichen Sinne.

Die falsche Bewertung besteht darin, daß man in die Wirklichkeit mehr oder weniger hineinlegt, als sie in Wahrheit enthält. Insbesondere bewertet man auch die eigene Persönlichkeit falsch. Man weiß nicht, daß alle Wirklichkeit und so auch die eigene Persönlichkeit in einem ununterbrochenen Wachstumsvorgang ohne wesenhaften, unveränderlichen Kern aufgeht. Das Denken oder die Phantasie versucht, sich selbständig zu machen und eilt gleichsam dem übrigen Lebensprozeß voraus, anstatt in ständiger Fühlung mit ihm zu bleiben. Der Versuch des Denkens, sich unabhängig zu machen, kann jedoch niemals gelingen, weil das Denken als feinste Form des Lebensvorganges ebenfalls dem Gesetz des Entstehens und Vergehens unterliegt. Die Folgen dieses Versuches zeigen sich dann eben als innerer Widerspruch oder Zwiespalt der Persönlichkeit mit sich selber, und zwar je nach dem Grade oder der Heftigkeit der falschen Bewertung. Solange die falsche Einschätzung, der „Glaube an die Persönlichkeit", ein gewisses Maß nicht überschreitet und eine gewisse Fühlung zu den sogenannten unbewußten Regungen gepflegt wird (was man dann mit „Seelenführung" bezeichnet), wie z. B. in der katholischen Kirche, können sich wesentliche neurotische Störungen nicht bilden. Daher kommt es, daß in katholischen Gegenden Ärzte als Psychotherapeuten sich nicht halten können.

Dem Vorteil dieser Tatsache steht der Nachteil gegenüber, daß der im Schoße der katholischen Kirche ruhende Mensch nicht das Bedürfnis verspürt, die Grenzen zu überschreiten, die das Glaubensdogma ihm setzt, und sich auf die hohe See unvorein-

genommener Wahrheitssuche zu begeben, ein Unternehmen, das freilich den Mut zur Ehrlichkeit gegen sich selber verlangt.

Doch körperliche Gesundheit und Robustheit wie innere Ruhe, die durch das komplizierte, wenn auch kluge Stützgerüst der kirchlichen Gnadenmittel gehalten wird, beide sind nicht unerschütterlich. Wie leicht kann der Mensch, der auf seine Gesundheit pocht, schwerer Krankheit verfallen, der er dann innerlich gar nicht gewachsen ist. Und der Glaube mag noch so gut geschützt sein durch die Warnungszeichen der Kirche, im Hintergrunde steht immer ein Rest des Zweifels, mag er noch so klein und schwach sein. Er kann unerwartet zu schicksalshafter Größe anwachsen.

Das Bedürfnis, der Wirklichkeit auf die Spur zu kommen, wird, wenigstens hier bei den Menschen des Westens, gefördert durch solche Störungen, wie sie sowohl körperliche Mängel als auch neurotische Symptome sind. Jedenfalls macht man das beste aus ihnen, wenn man sie als Ansporn betrachtet, den Ausgleich zu finden, den man bisher nicht hat finden können. Sie reißen den Menschen aus der bequemen Selbstverständlichkeit heraus, mit der sich das Leben dem körperlich und geistig robusten Menschen darstellt.

Von nun ab werden nicht nur einzelne Ereignisse im Leben fragwürdig, sondern das Leben in seiner Gesamtheit wird vor die Frage gestellt: „Lohnt es sich?" Der naive Bejaher des Lebens, auch wenn er noch so klug, geschickt, gelehrt und gebildet ist im Sinne der Fähigkeit, sich im Leben durchzusetzen, kommt zu dem Ergebnis: „Ihr glücklichen Augen, was je ihr gesehen, es sei wie es wolle, es war doch so schön!" Das bedeutendste Beispiel dafür in der deutschen Geistesgeschichte ist G o e t h e, von dem dieser Ausspruch stammt. Jedoch der unvoreingenommen beobachtende Mensch läßt sich von der Schönheit der Erscheinungen nicht blenden. Er sieht überall den Mangel der Vergänglichkeit durchschimmern wie die Haut durch ein fadenscheiniges Kleid und kommt immer wieder zu dem Ergebnis: „Leiden ist mehr daran." Aber dadurch läßt er sich keineswegs niederdrücken, sondern bemüht sich vielmehr gerade deshalb um innere Ruhe und Heiterkeit des Gemüts, die freilich von dem naiven Lachen sehr verschieden ist. Mag er vorläufig auch noch durch mancherlei Dinge gefesselt werden, weil die Kraft des Bewußtseins noch nicht stark genug ist, um in jedem Falle die Neigungen restlos aufzulösen, sein Haften ist nur noch ein Haften mit Vorbehalt. Sein Denken kehrt immer wieder zurück zu dem großen Dreiklang der Wirklichkeit: V e r g ä n g l i c h - l e i d i g - n i c h t s e l b s t, dem Grundklang aller noch so lauten und mannigfaltigen Gestaltungen.

Ob ein Mensch nach allen freudigen und leidigen Erlebnissen zu dem Ergebnis kommt wie mein Gesprächspartner: „Ich möchte noch lange recht munter bleiben", oder zu dem Schluß: „Des Spiels Verebbung, das ist Glück", das ist seine persönlichste Entscheidung. Im ersten Falle liegt noch eine lange Bahn des Leidens vor ihm, im andern die Möglichkeit, durch Übung und Anstrengung zur Überwindung des Leidens, zum wirklichen Ende des anfanglosen Wanderns von Daseinsform zu Daseinsform zu gelangen. Wohl dem, der diesen Weg erkennt und erwählt, zu seinem eigenen Heil und zum Heil vieler anderer Wesen.

Bücher

Betrachtungen der Stille und Besinnlichkeit. Von Graf Hermann Keyserling. Eugen Diederichs Verlag, Jena, 1941. 264 Seiten, gebunden 4,— RM.

Dieses neueste Buch des Grafen Keyserling soll ein „Brevier für Jedermann" sein. Es versucht, „Lebensgleichungen richtig anzusetzen, Bezeichnungen (im Sinne des Kung-fu-tse d. R.) richtigzustellen, unter hundert möglichen solche klaren Vorstellungen zu wählen, daß deren Meditieren zu Gutem führen muß" und „für die wichtigsten Lebensgleichungen gleichsam algebraische Lösungen zu finden, in welche jeder die ihm entsprechenden Zahlenwerte einsetzen möge". Das allerdings kann nur der einzelne selber. K. sieht seine Aufgabe nur darin, als „logos spermatikos" befruchtende und anregende Impulse zu geben. Der einzelne selber muß die „Kunst" ausüben, daraufhin „sich selber, so wie man ist, im Kosmos richtig einzustellen, das Orchester der verschiedenen Fähigkeiten und Zielsetzungen in sich, und im Fall von Führerstellung auch außer sich, so zu dirigieren, daß aus allem zusammen eine schöne Symphonie entsteht" (S. 252).

Die erste Betrachtung handelt von der Abgeschiedenheit. Als deren Inhalt sieht der Verfasser mit Eckehart das „mit sich selber eins Sein". „Die erreichte Abgeschiedenheit bedingt und bedeutet eine solche Umzentrierung des geistig-seelischen Gesamtzusammenhangs, daß weder das Ich letzte Instanz ist, noch auch das Du. Ich und Du sind Korrelate" (S. 14). Diese innere Haltung ist der Grundton, auf den die übrigen Betrachtungen abgestimmt sind. An der Freiheit des Geistes besteht für K. kein Zweifel. Der „Sinn" kann grundsätzlich in jeder Erscheinungsform zum „Sinnbild" werden. Er schafft aus seiner Freiheit heraus den „Tatbestand". Die Gefahr ist daher sehr groß, daß sich jeder Mensch für seine Erscheinungsformen auf diese Freiheit und somit Berechtigung der Erscheinungsformen berufen könnte. K. sagt jedoch: „Alles dieses schreibe ich natürlich von den Voraussetzungen des einsamen Selbstes als letzter Instanz des persönlichen Menschen und von der Abgeschiedenheit her als dem eigentlichen Ort seiner Existenz. Wer seines einsamen Selbstes noch gar nicht bewußt geworden ist, dem kann ich unter keinen Umständen raten, denn alle Problemlösungen, zu denen ich verhelfen kann, liegen jenseits eines Zustandes, in welchem der Mensch nur das Interferenzprodukt mannigfaltiger unter- und unpersönlicher Kräfte verschiedensten Ursprungs darstellt" (S. 110). Damit setzt er allerdings dem Mißbrauch der von ihm verkündeten Gleichberechtigung aller Erscheinungen des „Sinnes" oder aller „von diesem geschaffenen Tatbestände" eine Grenze. „Der Sinn schafft den Tatbestand", das ist einer der Grund-Sätze Keyser-

lings. Daneben steht das Grund-Wort „Selbstverwirklichung". Mit der praktischen Beschränkung der hier gebotenen „Lösungen der Lebensgleichungen" auf solche Menschen, die sich ihres einsamen Selbstes bewußt sind, ist aber noch nichts über das Maß der Berechtigung der inneren Haltung Keyserlings gesagt. Diese Haltung hat, wie seinerzeit Dr. Dahlke schon sagte, beim Verfasser selbst ihre persönliche Berechtigung in seinem überlegenen aristokratischen Standpunkt. Gedanklich aber verfällt sie demselben inneren Widerspruch wie jede Festlegung auf ein gedankliches Extrem. Denn das „Selbst" als „metaphysische Wirklichkeit" ist ein reines Gedankending, eine Konstruktion des Geistes, wie immer man es lehrmäßig darstellen mag, ob als Seele im christlichen, als Allseele im panteistischen Sinn oder in irgend einer andern Weise. „Verwirklicht" sich das Selbst, indem es den „Sinn" in irgend einer Form „versinnbildlicht", so ist es an das Sinnbild gebunden und von diesem abhängig. Wie Mephisto im Faust II sagt: „Am Ende hängen wir doch ab von Kreaturen, die wir machten." Mit der Freiheit des Selbstes ist es dann vorbei. Der „Sinn" hat zwar den „Tatbestand" geschaffen, aber er wird selber jetzt durch den Tatbestand beeinflußt, also be-dingt. Das Selbst oder der „Sinn" ist eben nicht nur Herr, sondern zugleich auch Knecht, nämlich Knecht der eigenen Schöpfung oder des geschaffenen „Tatbestandes". Das erlebt sich unmittelbar und mit aller Folgerichtigkeit an der eigenen Person. Man muß sich wundern, daß dieser „Tatbestand" dem Verfasser noch nicht eingeleuchtet hat. Die Erklärung dafür liegt wohl darin, daß er, wie er selber öfter wiederholt, mit ganz ungewöhnlicher Vitalität begabt ist. Diese wird sich gegen die Folgerungen einer solchen Einsicht unbewußt sträuben. Bei dem außerordentlichen Maß innerer Beweglichkeit, das der Verfasser besitzt, könnte ihm sonst die Notwendigkeit des Verzichts auf weitere Gestaltungen und Tatbestände nicht entgehen. Geht alles Leben in der gegenseitigen Abhängigkeit von „Sinn" und „Tatbestand" oder von „Sinn" und „Sinnbild" auf, so spielt der „Sinn" oder das „Selbst" die Rolle eines Blindenführers, der selbst nicht sehen kann, nämlich als blinder Impuls, der aus dem von früheren Impulsen geschaffenen „Sinnbild" des Körpers mit seiner Sechssinnenheit aufspringt, wenn die Reize aus der Außenwelt das „Sinnbild" treffen, und der sich damit selber zum „Sinnbild" niederschlägt und fesselt. Wenn das so ist — und daß es so ist, kann jeder an sich selber erleben, wenn er sich unvoreingenommen beobachtet — dann bleibt die letzte Möglichkeit dieses sich vor sich selber immer wieder verdunkelnden Spiels das Zuruhekommen des „Sinnbildens", wie der Buddha es lehrt. Und gerade im Verzicht auf neue Gestaltungen taucht dann die Klarheit hoch, die in sich widerspruchsfrei ist, weil nicht mehr von blindem Drang geführt. Aus diesem „über-natürlichen" und doch im Sinne des Gläubigen nicht „transzendenten" Bereich des, wenigstens vorübergehenden, Ruhens der Impulse, des Verzichts auf Gestaltungen, stammen alle Einsichten und Erlebnisse des Menschen, die über die gemeine Zweckhaftigkeit hinausgehen, mögen sie der Kunst, Wissenschaft, Ethik oder Religion angehören. Jedoch Graf Keyserling wehrt auch den bloßen Gedanken ab, man könnte aus seinen Betrachtungen den Schluß des Verzichtenmüssens ziehen. In der letzten Betrachtung „Vom Sterben" sagt er: „Auf jeder folgenden Stufe wird ein neuer und höherer Grad der Vereinigung mit dem metaphysischen Selbst und der Eroberung des Schicksals möglich. Je weiter er aber kommt, desto mehr erkennt der in Wahrhaftigkeit strebende Mensch in der Enthaftung, welche zur Abgeschiedenheit führt, das Ziel. So erscheint ihm das gesamte Erdenleben zuletzt als nichts anderes als eine einzige Hohe Schule des Freiwerdens. Des Freiwerdens, nicht aber des Verzichtes und der Entsagung. Je freier einer wird, desto größerer und höherer Freude wird er vielmehr teilhaftig, so daß sich der Akzent immer

mehr und auf der höchsten Stufe ganz und gar dem Positiven zu verschiebt" (S. 262 f.). Abgesehen von dem Gefühlsgehalt der hier angedeuteten Entwicklung und dessen Bewertung heißt das mit anderen Worten: Enthaftung durch Anhaftung, also eine Unmöglichkeit.

Es ist selbstverständlich, daß ein so vielseitiger und reicher Geist wie Keyserling in den verschiedenen Betrachtungen immer wieder anregt, wenn er auch öfter zum Widerspruch herausfordert. So wenn er z. B. über den Begriff „Menschlichkeit" sagt: „Weil der abstrakte Humanitätsbegriff des XVIII. Jahrhunderts so gänzlich und kläglich versagt hat, ist ja das Wort Menschlichkeit im XX. Jahrhundert in Mißkredit geraten. Mißverstandene Menschlichkeit ist freilich kein letzter Wert ... Der Humanitätsbegriff, der sich auf einen konstruierten abstrakten Menschen bezog, ist restlos zu verwerfen, und mit ihm fällt als Wert ... (neben anderem d. R.) aller Abscheu vor Fleischnahrung, vor dem Töten usf." (S. 51 f.). An die Stelle des „veralteten" Menschlichkeitsbegriffes sei ein neuer zu setzen, welcher der Kritik der heute erreichten Wachheit standhielte: der altspanische der Hombria. „Hombria bedeutet unbedingtes Bekenntnis zum totalen konkreten Menschentum in seinem Geistigen wie in seinem Materiellen, in seinem Guten wie in seinem Bösen, auf der Basis nicht nur freiwilliger, sondern freudiger Akzeptierung alles Risikos, welches die Imperative einerseits der Durchsetzung des eigenen Unbedingten, andererseits der Aufsichnahme alles auferlegten Schicksals mit sich bringt" (S. 52).

Bemerkenswert ist für uns, daß Keyserling eine nahe Verwandtschaft zwischen sich und dem Zen-Buddhismus entdeckt hat. Dabei besteht allerdings der große Unterschied, daß Zen, wenigstens in der Theorie, begriffliche Erörterungen und Unterweisungen als schädlich oder überflüssig ablehnt.

Was schließlich den Hauptwert dieser Betrachtungen ausmacht, das ist die Betonung der Selbstbeherrschung und -überwindung, „womit menschliche Kultur allererst beginnt" (S. 34). Wozu noch die Ehrlichkeit des Verfassers kommt, die sich besonders da ausdrückt, wo er von seinen eigenen Erlebnissen und Erfahrungen spricht als ein Mensch, der sein ganzes Leben hindurch auf Verinnerlichung gerichtet war. K. F.

Berichtigung

In Heft 3, Seite 59, Zeile 9 muß es statt „Chromosomen oder Gelbkörpern" heißen: „Chromosomen (wörtlich: Farb-Körper; so genannt, weil sie sich leicht färben lassen)".

Schriftwalter und Verleger Kurt Fischer, Berlin-Frohnau. — Druck: Buchdruckerei A. Pabst, Königsbrück (Bez. Dresden).